医療最前線 Dr リポート あすへの提言 225

摂食嚥下障害をご存知ですか？

日本大学松戸歯学部は、歯科医学を「口腔科学（Oral Science）」と捉え、医学の一分科としての教育を展開。最前線で活躍する歯科・医科のスペシャリストに、医療現場の現在と未来について連載でリポートしてもらう。

日本大学松戸歯学部 障害者歯科学講座 教授 野本たかと 先生

日本大学松戸歯学部 障害者歯科学講座 講師 林 佐智代 先生

Doctor

「食べる」ということ

人が「食べる」時には、栄養摂取をするだけではなく、料理を目で楽しんだり、香りや味を感じ、会話をしながら楽しい時間を共有するなど様々な要因が関連することで豊かな「食べる」が成り立ちます。専門的に「食べる」メカニズムを説明すると以下の順序になります。

①視覚や嗅覚などの感覚で目の前にある食物を認知する。②認知に合わせて腕や手が運動をして食物を手でつかんだり、食具を操作する。③自分の前歯や口唇で捕らえられる位置まで運ぶ。④咀嚼や嚥下ができる量を口唇や前歯で口の中に取り込む。⑤顎や頬・舌を使って食物を口の中で動かし、奥歯ですりつぶしながら唾液と混ぜ合わせる。⑥飲み込める形状になったら舌で咽頭（喉の奥）に送る。⑦空気の通り道である気管の入り口を閉じ、食べ物の通り道である食道の入り口を開く。⑧食道から胃へ送る。

これらの「食べる」過程においては、感覚や歯・顎などの器官、運動するための神経や筋肉といった人間の持つ様々な因子が協調することで成り立っています。

食形態の指導

哺乳練習

捕食練習

高齢者の口唇訓練

「食べられない」ということ

赤ちゃんからご高齢の方まで、「食べる」過程において、何らかのトラブルが生じることで「食べられない」ということが起きてきます。例えば、「歯がなくて噛めない」、「疾患により咀嚼したり、飲み込む力がない」、「嚥下の反射が起きずむせる」などです。これらの上手に「食べられない」ことを摂食嚥下障害といい、窒息や誤嚥性肺炎の危険性が高まったり、食べこぼしや流涎などによって外食ができないなど社会生活に影響が生じてしまう可能性があります。

摂食嚥下リハビリテーションの実際

摂食嚥下リハビリテーションでは、①食環境②食内容③摂食嚥下機能の3つの視点で評価・検査を行い、総合的な診断のもとに個々に適したリハビリテーションのプログラムを立案します。

プログラムは、ご自身もしくは介護者・保護者が日常生活の中で実施できるように指導を行っていきます。具体的には、姿勢や使用食具の選択などの食環境指導、食物の形態や調理方法などの食内容指導、そして、摂食嚥下機能に関連する神経や筋肉などに対するトレーニング方法や食べ方・食べさせ方について指導を行っていきます。

日本大学松戸歯学部付属病院は、平成7年より摂食嚥下リハビリテーション外来を開設しており、所属する歯科医師や歯科衛生士の多くは、日本摂食嚥下リハビリテーション学会の学会認定を取得した専門的な知識、技術、態度のもとにリハビリテーション医療を提供しています。食べることでお困りの方は、「摂食嚥下リハビリテーション外来」にご相談ください。

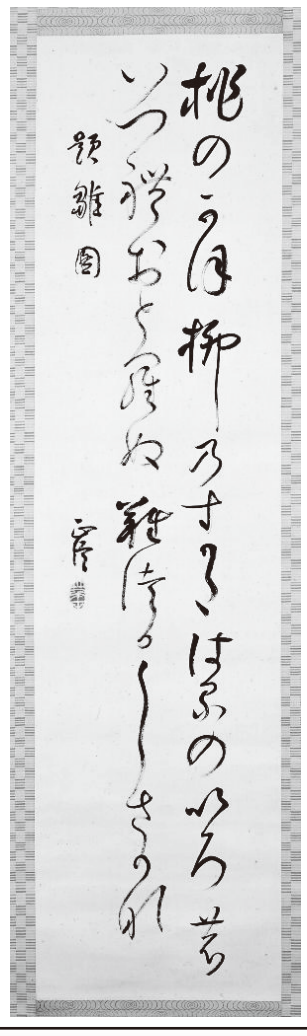
■日本大学松戸歯学部付属病院
「摂食嚥下リハビリテーション外来」
☎047・360・9661。

Report

書の力

第二十六回　題雛図　阪 正臣（1855－1931）

一幅　紙本墨書　131・8×33・3㎝　成田山書道美術館



阪正臣（1855－1931）は宮内庁内で和歌に関する業務を行う、御歌所で歌人として和歌の教育普及に携わりながら、書家としても活動しました。

はじめは王羲之や貫名菘翁の書風を学び、漢字から平安古筆へと書の流れを意識しています。仮名を学ぶ上でも中国の書法を尊重しました。御歌所寄人（※短歌・長歌・唱歌等に関する編纂撰述をする、勅任待遇の名誉職）のなかでも屈指の能書として知られ、「明治天皇御集」の浄書（※清書すること）を完成させ、女子の手本なども数多く手がけています。

これは雛図を題にした自詠の歌を書写したもので、整った字形で詠みやすく、格調高い作品です。平安朝の古筆を基にして自らの歌を雅やかな書で表現しようとしたのでしょう。3月3日は桃の節句、ひな祭りです。

（学芸員・田村彩華）

【釈文】
桃のかほ柳のすかたはるのいろの
いつれおとらぬなつかしさかな　題雛図　正臣

現在、成田山書道美術館では先月ご紹介した「豪彊」を含む尾崎邑鵬先生の作品を一堂に展覧しています。

放課後の黒板消し 73

K太せんせいの

三月はアンビバレント

「アンビバレント」とは、同じ事柄や対象（相手）に対して、相反（矛盾）する二つの感情や態度を持つことです。

「三月」は特にこの両面価値的な感情を抱きやすい時期と言えます。たとえば、卒業式を迎えられた皆さんは、そこに卒業の「喜び」と同時に友達との別れという「悲しみ・寂しさ」を抱いたことでしょう。そして、新たに進む学校や社会に対しては「期待」と「不安」が押し寄せているのではないでしょうか。

また、この輝かしい門出は保護者にとってもアンビバレントなものです。ほんの3年前にドキドキしながら入学式に臨んだ小さなわが子が、卒業式では大きくなった背中、堂々と張られた胸、立派な眼差しなど幾重にも成長した姿を見せながら目の前を過ぎていくのですから。

その成長に「胸いっぱい感激」し、一方でかつての幼さや可愛さが脱ぎ捨てられてしまった「喪失感」を抱いているのではないでしょうか。

さて、先日懐かしい顔が職員室を訪ねてきました。懐かしいと言っても2年前に卒業した生徒です。目的は「成人式を迎えたことを記念して開催される同窓会への招待状」を手渡すことでした。有り難く頂戴しました。

大学生となった教え子は立ち居振る舞いが急に大人びて見えます。青春を謳歌しながらも、考えや興味の深さや広がりが全然違います。よく知っているはずの青年の、全く知らない面が随所に見られて、時に戸惑ってしまいます。

時折見せるはにかむ笑顔や口癖にかつて教室に居た頃を重ねながら、目の前の「可能性の塊」が放つ一言一言を受け止める時間は正にアンビバレントな心持ちです。

「共に過ごした時間を懐かしみたい」思いと、「希望溢れる未来の話をもっと聞かせてほしい」思いと。応援しながら、それ以上言われたらまぶしすぎる、悔しくなってしまう！と叫びそうな自分も。一人でもこれですから、さあ、同窓会の会場ではどうなることやら。

■K太せんせい
現役教師。教育現場のありのままを伝え、読書案内なども執筆する。

MASARUのタロット占い

3月1日～4月4日

【　】…タロットカード
★…ラッキープレイス

1月生まれ
【星・逆】周囲へのお願いごとはきちんと内容を伝えておかないとトラブルに。仲良しの相手でも過信は禁物。大事な案件は人任せにしないで。★**屋上**

2月生まれ
【法皇・逆】年上の人との関係改善が好転の鍵。苦手な相手でも歩み寄る姿勢は必要。警戒心をほどいて接すればそれほど気にならない存在に。★**裏口**

3月生まれ
【戦車・逆】萎縮して実力を発揮しづらいとき。急いで理解者を得ようすると逆効果。周囲のことを気にし過ぎず自分のやりたいことに集中を。★**倉庫**

4月生まれ
【太陽・正】大きな課題に取り組む好機。やりがいを感じながら成果を得られる予感。のんびり構えるより攻めの姿勢が正解。前倒しで動いて。★**駅前**

5月生まれ
【月・逆】寂しさを感じやすいので不安に駆られる前に気分転換を。誘われ待ちより自分から誘うが吉。ひとりで趣味を満喫するのも大正解。★**バス停**

6月生まれ
【皇帝・逆】現実認識が甘いリーダーに振り回される暗示。努力しても理不尽な扱いを受けるなら離れるのも賢明。視野を広げて進路の選択を。★**銀行**

7月生まれ
【愚者・正】細かく計算し過ぎるとうまくいかない暗示。今期はざっくりプランで出たとこ勝負が有効。トラブルも楽しむくらいの心構えが吉。★**公園**

8月生まれ
【審判・正】良い知らせが届く暗示。ただしそのために急な予定変更が生じる可能性も。意外な展開を柔軟に受け入れることが運気拡大の鍵に。★**玄関**

9月生まれ
【女教皇・逆】話の輪に加わるだけで新しい展開あり。無関心なふりをしているとチャンスを逃します。素直な反応をすれば好感度もアップ。★**駐車場**

10月生まれ
【隠者・正】イベントや旅行などせずとも日常に幸せを感じられるとき。自宅で過ごす時間が充実しつつ、同じ価値観の理解者と出会う暗示も。★**中庭**

11月生まれ
【世界・正】これまでの奮闘を振り返る休息時間。自分を過小評価せずに労わることで新しい気づきアリ。家族や友人と思い切り楽しむのも◎。★**浴場**

12月生まれ
【節制・正】気になる相手とはまず話してみて。会話のラリーを重ねることで予想以上に急接近の暗示。第一印象に惑わされないことも大事。★**歩道橋**